

Tristeza, raiva e o uso desmedido da tecnologia: uma problemática contemporânea no episódio "Quinze milhões de méritos" de Black Mirror

Gabriela Silva de Carvalho¹, Paola Rosa Barbosa² e Micaela Fernandez Leitão³

¹⁻³ Graduando de Psicologia, Departamento de Psicologia, Universidade Federal de Santa Catarina

Resumo

Esse artigo busca estudar os efeitos provenientes de um uso desmedido e exacerbado das tecnologias atuais, que é a situação na qual nossa sociedade está atualmente inserida. Para fazê-lo, foi analisado o episódio “15 milhões de méritos” da série Black Mirror, que é uma metáfora da realidade em que as pessoas estão inseridas como indivíduos e comunidade. Assim, estudou-se fatores psicossociais ocasionados por essa imersão constante em um contexto tecnológico, que são a alienação e a solidão, as quais observamos, através da personagem, desencadear emoções no indivíduo que as vivencia. Dessa forma, essas foram exploradas com base nos estudos de Paul Ekman, e observado o quanto afetam os indivíduos e a sociedade em que fazem parte, e de que maneira a tecnologia e suas consequências acarretam tais emoções.

Palavras-chave: Tecnologia; solidão; alienação; tristeza; raiva; pertencimento; angústia; Black Mirror; fenômenos psicológicos; telas; distopia; sociedade contemporânea.

Introdução

O presente artigo tem como objetivo geral realizar uma análise do episódio “Quinze milhões de méritos” da série Black Mirror sob o prisma dos efeitos psicológicos do uso exacerbado da tecnologia.

Quanto aos objetivos específicos, as autoras identificaram neste episódio da série Black Mirror a presença de duas das emoções básicas da teoria das quatro emoções básicas de Paul Ekman (raiva e tristeza). Como segundo objetivo específico, em uma outra camada analítica, utilizou-se categorias teóricas vistas como consequências do uso exacerbado da tecnologia, que são “alienação” e “solidão”.

Entende-se que o contexto tecnológico contemporâneo é substancial para alavancar a sensação de solidão presente na sociedade, levando em consideração que a parcela dos indivíduos mais afetados pelo fenômeno são os que fazem uso mais frequente de ferramentas tecnológicas (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [IBGE], 2018). Em uma pesquisa feita com cerca de 55 mil participantes ao redor do mundo, foi relatado como resultado que a solidão atinge 25% dos idosos com mais de 75 anos, e 40% dos jovens de até 24 anos (Sayuri, 2020).

Ademais, outro fenômeno proveniente do desenvolvimento da ciência e do aumento da tecnologia na vida humana é descrito por Arendt (2007) como alienação. Este fenômeno se constitui em uma perda da compreensão do mundo, que se torna um artifício criado pelas mãos humanas. Esse artifício, para continuar a ser o que é - uma morada imortal para seres mortais - precisa ser cuidado e preservado (Passos, 2017). A chamada alienação, segundo Arendt (2007),

um dia proporcionará para a humanidade um ambiente em que não seremos mais capazes de falar, pensar ou compreender nossas próprias capacidades, de maneira que haverá a necessidade da presença da tecnologia e de máquinas para de fato fazê-lo por nós (Arendt, 2007).

Desse modo, a utilização exacerbada da tecnologia se constitui um risco para a própria humanidade, de maneira a prejudicar a capacidade de pensamento da mesma.

Em suma, esse estudo tratará de como o uso exacerbado da tecnologia relaciona-se com as emoções, principalmente raiva e tristeza, tendo como horizonte as categorias “solidão” e “alienação”. Isso será feito com base na observação das emoções “raiva” e “tristeza” em duas cenas do episódio “Quinze milhões de méritos” da série Black Mirror.

Acredita-se que o estudo sobre essa temática pode ser de grande relevância para compreender as formas de relações que se dão na sociedade de massa de hoje, além de ilustrar a grande discussão a respeito dos malefícios do uso prolongado de telas para o cérebro humano.

Emoções de Tristeza/Angústia e Raiva

Nesse artigo, analisaremos as emoções de tristeza e raiva na perspectiva de Paul Ekman, e veremos como são causadas pelos elementos psicossociais anteriormente levantados (solidão e alienação), quando esses advêm de uma realidade imersa em tecnologia. Essa análise se faz de imensa importância, à medida que as emoções perpassam todos os âmbitos de nossa vida, ditam o nosso bem-estar e determinam nossa qualidade de vida, ainda que sejam respostas tão rápidas, que muitas vezes nossa consciência não é capaz de acompanhar o que desencadeou essa emoção (Ekman, 2011). Ademais, segundo Ekman (2011), não desejamos sentir tristeza e raiva, isso leva

a concluir que, para se ter um bom relacionamento com tais emoções, é necessário não ser dominados por elas, mas sim, lidar com as suas manifestações, como o autor deixa claro em:

Em resumo, as pessoas desejam ser felizes. Não desejamos sentir medo, raiva, aversão, tristeza ou aflição, a menos que seja nos limites seguros de um cinema ou entre as páginas de um romance. No entanto[...], não podemos viver sem essas emoções; a questão é como lidar melhor com elas (Ekman, 2011, p.17).

O fato de que a vida sem as emoções seria impossível se justifica na sua importância para podermos lidar com as mais diversas situações que nos são apresentadas. Assim, as emoções são expressas a partir do momento em que sentimos, com razão ou não, que algo afeta ou afetará o nosso bem estar, para melhor ou para pior. Então, elas se desenvolvem de maneira a nos preparar a lidar de maneira mais rápida possível com esses momentos essenciais de nossas vidas (Ekman, 2011). Por isso, as emoções começam a se apropriar de nosso corpo em determinadas situações as quais somos expostos sem nossa consciência, por ser um mecanismo evolutivo que busca preservar nossa sobrevivência nos mais diversos contextos (Ekman, 2011). Dessa maneira, elas não possuem apenas um papel passivo, de serem causadas por ações, mas desencadeiam nossas ações, de maneira ativa (Machado et al., 2011).

As emoções que sentimos usualmente podem ser percebidas pelas pessoas ao nosso redor, uma vez que elas ocasionam expressões faciais, que possuem caráter universal e inato - por serem fruto de nosso processo de evolução como espécie - mesmo que possamos aprender a controlá-las em certas ocasiões (Ekman, 2011). Por serem mecanismos de preservação da espécie, algumas vezes acontecem de maneira muito rápida, em processos de avaliação automática, por exemplo, quando o medo sentido em um acidente de carro nos faz virar o volante

e nos proteger. Entretanto, existe ainda uma avaliação reflexiva sobre as situações que somos expostos. Esta ocorre quando analisamos conscientemente o evento, sem ainda ter certeza do que ele significa, e levamos um tempo indeterminado para ativar as emoções, e alguma vezes, não conseguimos compreender os gatilhos que ocasionaram o que estamos sentindo (Ekman, 2011). No sentido que será analisado nesse artigo, através da observação das diversas situações que as personagens serão submetidas, uma das principais emoções é a tristeza, que ocorre através de uma avaliação reflexiva, a qual compreenderemos mais adiante.

A tristeza é um sentimento desencadeado por uma perda. Sendo passiva e parecendo não ter nenhum propósito, ela pode aparentar ser apenas uma desesperança uma sensação de que nada pode ser feito para se recuperar o que se perdeu. Isso, a torna uma das emoções de mais longa duração. Muito semelhante a ela, existe a angústia, cujo gatilho de perda é o mesmo, entretanto é muito menos passiva. Isso pois a pessoa angustiada tenta intervir na fonte, passando por um período de protesto em relação a situação, porém logo sendo substituída pela tristeza resignada, período no qual a pessoa se sente completamente desamparada. Dessa maneira, por serem sentimentos intensos, se intercalam, de modo a chegar em ondas e, durante o período de tristeza e angústia, outras emoções podem ser sentidas (Ekman, 2011). É de extrema importância que essas emoções sejam aceitas por quem as sente, expressando-as, pois as expressões chamarão a atenção dos demais para o que está ocorrendo, e o apoio social será de extrema importância para a cura (Ekman, 2011).

A próxima emoção que será foco de nosso estudo é a raiva, que pode ser também uma defesa contra a angústia, agindo como uma substituta, ou até mesmo um remédio para se curar dela (Ekman, 2011). O fenômeno da raiva, segundo Ekman (2011), aparece inicialmente como um aspecto associado à violência, ao ataque, não precisando quais seriam os gatilhos ou temas

que trariam à tona tais aspectos. Porém, segundo o Ekman (2011), uma das causas mais frequentes de raiva em crianças e adultos, se constitui em situações em que há um impedimento sobre algo que o sujeito gostaria de fazer ou está realizando, devido em parte a um sentimento de frustração que geralmente aparece nessas situações. Além disso, algumas outras situações também são apontadas como possíveis causas desse sentimento, como o desapontamento, a rejeição, assim como quando algo vai contra os ideais em que acreditamos. Desse modo, a raiva, assim como a frustração e outros sentimentos que se constituem como possíveis gatilhos para a mesma, são fenômenos bem presentes na nossa sociedade contemporânea, pois segundo Brecha et al. (2012), algumas características da nossa cultura, como o imediatismo e o consumismo, são grandes geradores dos mesmos.

Outro ponto a se considerar, quando falamos do sentimento da raiva é a variação de experiências que ela pode representar, a depender da sua variação de intensidade e causa. Dessa forma, a raiva poderia alternar de um sentimento de indignação para a fúria, reflexo de um anseio de vingança, podendo ser também, em contrapartida, ser dominado apenas por um aborrecimento leve. Outro ponto a ser destacado, é a associação da mesma com outros sentimentos, considerando que a raiva raramente se mostra como um sentimento isolado, tendo como uma das suas principais combinações, o medo, mas aparecendo também em conjunto com a repugnância, a aversão, entre outros. O medo, se daria então, de acordo com Santos (2003), como uma “emoção choque”, ou seja, uma reação a um acontecimento que gera uma série de efeitos, no organismo, acionando o mecanismo de luta ou fuga, enquanto que a raiva, segundo Ekman (2011), muitas vezes se dá em forma de impulsos, de modo a sermos dominados por esses sentimentos, fato que se observa quando em um rompante de raiva, o indivíduo profere insultos que não diria em outro momento, vindo a se arrepender posteriormente.

Ademais, segundo Ekman (2011), a raiva seria um indicativo de que algo necessita de mudança e cabe ao sujeito a tentativa de adquirir a consciência do fenômeno causador da mesma, pois assim, o controle desse sentimento seria mais facilmente dominado, evitando situações em que possa se tornar algo nocivo e prejudicial, tanto pro bem estar do sujeito em questão, quanto nas suas relações interpessoais. De outro modo, ela aparece como algo que, em situações em que aparece em conjunto com o medo, suprime o mesmo, pois o foco passaria a não mais ser vivenciar o medo, mas transferir a culpa para a causalidade dessa situação. Além disso, a raiva é descrita como uma emoção muito marcante em questões de entonação das vozes e na face do sujeito observado, podendo se manifestar em diferentes características, postulando o olhar fixo, batimento cardíaco acelerado, lábios apertados e sobrancelhas abaixadas como as mais comuns, fazendo assim, com que raiva seja um sentimento que transmite com facilidade a existência de um problema. (Ekman, 2011).

Alienação dos usuários

O contexto da evolução da ciência em conjunto com a tecnologia tem ocasionado preocupações no âmbito psicológico desde que, em 1957, o primeiro satélite artificial conseguiu orbitar o planeta Terra (Arendt, 2007). Esse episódio histórico marcou a concretização de um pensamento que já sondava a humanidade: de que o homem finalmente poderia se desprender do seu planeta de origem, ocasionando em uma versão do homem que era do universo e, portanto, alienado em relação a sua própria condição (Passos, 2017). Assim, ao abandonar e se desprender da ideia de vida orgânica na Terra tal qual nos foi dada, o homem age como em uma rebelião pela existência como era tida anteriormente, porém, ao agir como um habitante do universo,

jamais será capaz de pensar e falar , ou seja, compreender sobre aquilo que realmente somos capazes de exercer (Arendt, 2007). Em decorrência disso, será necessário que existam máquinas para pensar e falar por nós, já que o cérebro não seria mais capaz de acompanhar o que fazemos, e, esse divórcio entre o conhecimento e o pensamento nos tornaria nada mais que escravos indefesos de nossas máquinas, independente dos malefícios psicológicos que nos causasse (Arendt, 2007). Esse estado anteriormente descrito é o que compõe o conceito de alienação, Por Hannah Arendt (2007), que consiste em uma perda da compreensão do mundo como um artifício criado pelas mãos humanas, que precisa ser cuidado e preservado para continuar a ser o que é, ou seja, uma morada imortal para seres mortais (Passos, 2017).

A problemática dessa alienação na visão da psicologia se dá partir do conceito de que o gênero humano constrói sua liberdade à medida que os processos sociais sejam fruto de decisões coletivas e conscientes, de maneira a diferenciar-se dos processos sociais alienados nos quais aquilo que é social, e portanto criado pelos próprios seres humanos, domina estes como se fossem forças naturais incontrolláveis (Duarte, 2004). A felicidade e alegria de viver está diretamente relacionada com a liberdade, de maneira que o homem mais propenso a ser controlado por outros é o mais triste (Sawaia, 2009). Assim, vemos que a liberdade é uma ideia concordante e complementar a de necessidade, por não ser fruto de uma vontade indeterminada, mas sim, uma manifestação espontânea e necessária da força interna de quem a possui (Chauí, 1995), sendo, desse modo de extrema relevância para o bem estar e sentimento de completude.

Como vimos anteriormente, um acontecimento de perda pode se constituir como um gatilho para a emoção de tristeza e angústia, ambos de forma prolongada (Ekman, 2011). Por isso, a perda da liberdade e autonomia de pensamento pode desencadear emoções e ter efeitos diferentes em cada pessoa. No caso da tristeza, o que se tem é uma desesperança de reassumir

esse controle, uma resignação com a situação, enquanto na angústia, existe uma resistência, uma vontade de intervir na fonte da perda. Na situação imersa em tecnologia, que será analisada nesse artigo, poderemos observar a alienação acarretando ambas as emoções, pois, segundo Ekman (2011), essas emoções são de longa duração, e podem tanto intercalar-se entre si, quanto ter a presença de outras emoções, como alegria, raiva, medo, ao mesmo tempo que ainda se está em uma situação triste e angustiante.

A solidão e falta de pertencimento em um contexto imerso em tecnologia

As autoras do presente artigo verificaram, no mundo atual, uma presença importante do conceito “solidão” entre os mais diversos países. Este conceito vem se tornando, de uns tempos para cá, problema de saúde coletiva enfrentado pelos governos. Na Inglaterra, por exemplo, a primeira ministra Theresa May contratou a primeira “secretária da solidão”, para enfrentar uma epidemia de saúde mental que assola cerca de 9 milhões de pessoas nesse país, principalmente os idosos (BBC, 2018). Já no Japão, o termo “hikikomori” foi cunhado pelo psicólogo Tamaki Saito para designar os jovens que não saem de suas casas, levando uma vida de isolamento completo (Gent, 2019).

Da mesma forma, essa temática é amplamente abordada em obras cinematográficas. Entre elas está a série Black Mirror, que retrata cenários futurísticos distópicos em suas tramas, todas elas permeadas pela tecnologia. Essa série é bastante pessimista quanto às futuras repercussões sociais e psicológicas que o avanço tecnológico poderá nos causar. A escolha dessa série e mais especificamente deste episódio (“Quinze milhões de méritos”) se deve às interessantes implicações psicológicas que podem ser retiradas dessa trama. Além disso, essa

temática, que relaciona tecnologia e solidão, está cada dia mais presente na literatura em psicologia, área que se ocupa de avaliar os impactos do uso de telas, redes sociais e internet na saúde mental.

É alarmante observar o quanto a ficção da obra citada se aproxima de nossa realidade hodiernamente, de maneira que a faixa etária que mais usufrui de meios tecnológico é a que relata mais presenciar a solidão (Sayuri, 2020), mesmo que estejam na presença de outras pessoas. Tal fato ocorre porque a dita sensação não advém apenas do ato de estar sozinho em si, mas consiste em um sentimento pertencente as pessoas que não conseguem assumir autonomia em sua própria vida. Estas pessoas tampouco dispõem de auxílio ou ajuda para obter essa autonomia, acarretando em um sentimento de estranhamento para com os outros. Dessa forma, surge uma carência nos relacionamentos que os faz ver nos que os cercam pessoas indiferentes (Pais, 2013). Assim, apesar de ser um sentimento comum na história da humanidade, em decorrência da constante busca da espécie humana pela felicidade, o sentimento de solidão em um contexto social é fortemente evitado. Isso se dá porque, devido a sua origem em relações interpessoais insatisfatórias, afasta os indivíduos de uma sensação de pertencimento nos mais diversos convívios (Gierveld et al., 2006). Aliás, já na antiguidade, Aristóteles apontava que o homem é um animal político, ou seja, imperfeito e carente, necessitando de outros seres e objetos em seu convívio para alcançar um estado de completude.

Com o passar do tempo e desenvolvimento da humanidade, surgiram revoluções no modo de vida em sociedade, somando agora o fator tecnológico na busca do homem pela felicidade. Dessarte, a tecnologia seguiu avançando na direção de proporcionar o maior conforto para o homem nas mais diversas situações. Recentemente, no entanto, acabou provocando uma individualização dos espaços, fazendo momentos sem companhia serem cada vez mais

frequentes no cotidiano de todos, por exemplo, o caso dos carros fechados, ou um transporte que impõe momentos de solidão (Slade, 2012). Vale ressaltar, entretanto, que estar fisicamente acompanhado de outras pessoas não necessariamente evita o sentimento de solidão, assim como estar desacompanhado em certo ambientes não necessariamente causará esse sentimento, pois existem diversos outros fatores que proporcionam esta sensação (Pais, 2013). Dessa forma, a solidão relacionada com a tecnologia na contemporaneidade advém da falta de um sentimento de pertencimento que não tem sua causa apenas em um isolamento físico. O uso da internet não evita o contato com outras pessoas, mas permite uma relação de influências sociais, que se relacionam fortemente com o senso de pertencimento a um grupo. Ademais, o crescente apego emocional com o aparelho eletrônico e serviços tecnológicos proporcionam maior conforto e lazer (Wilson, 2018).

Nesse contexto, a relação da vida imersa em tecnologia com o sentimento de solidão é ricamente representado no episódio “Quinze milhões de méritos” da série *Black mirror*. Isso porque, em uma metáfora sobre o modo de vida hodierno, é representada uma sociedade em que a tecnologia é a única companhia fixa na vida de todos os indivíduos a ela pertencentes, passando por todos os aspectos da vida pessoal e profissional. Desse modo, ao viver imerso em uma sociedade completamente tecnológica que não o oferece nenhuma aspiração de vida, o protagonista, Bingham Madsen, conduz seu cotidiano de maneira apática em relação à maioria dos acontecimentos. Isso ocorre, pois segundo ele, não se vê algo “real” acontecendo no contexto em que está inserido. Assim, nessa representação exagerada de nossa realidade, vemos o quanto a tecnologia, desenvolvida com a intenção de proporcionar conforto e lazer para seus consumidores, pode afastar os indivíduos de uma sensação de pertencimento e fazer a solidão se instaurar em seus cotidianos.

Método

Para a elaboração do presente estudo, optou-se por uma perspectiva qualitativa em ciências humanas, por se tratar de uma investigação de fenômenos de caráter psicológicos inseridos em um contexto social, realizado através de observação de vídeo como método de coleta de dados, visto que, segundo Minayo e Sanches (1993), essa abordagem é a ideal quando nos aprofundamos no significado das ações e relações humanas, e a subjetividade implicada nas mesmas. O material de análise consiste em cenas, definidas antecipadamente, presentes na série “Black Mirror”. Outrossim, nas observações, atentou-se aos aspectos físicos, sociais e fenômenos psicológicos presentes no comportamento e contexto do personagem, entre outros.

Ademais, o uso de observação como método de pesquisa se mostra uma importante ferramenta de estudo, visto que de acordo com Pinheiro et al. (2005), ao assistirmos o vídeo que constitui o objeto de análise, a ação empregada não seria a de simplesmente olhar, mas manter um olhar específico para o fenômeno que se quer conhecer. Esse método também permite a obtenção de dados que não seriam passíveis de serem captados em outras situações, como em uma entrevista ou questionário. Isso, pois aspectos como o ambiente, os comportamentos, as interações entre os sujeitos e a sequência de acontecimentos se fazem fundamentais, tanto na coleta de dados, quanto em uma posterior análise. Além disso, a possibilidade de rever várias vezes as cenas a serem estudadas, sob o olhar de mais de um pesquisador, minimiza a possibilidade de passarem despercebidos aspectos fundamentais, e minimiza a seletividade do investigador, constituindo-se assim como importante ferramenta metodológica de pesquisa.

Personagem

O participante do estudo consiste em um personagem ficcional denominado Bingham "Bing" Madsen, que vive inserido no universo da série distópica “Black Mirror” e protagoniza o episódio intitulado “15 milhões de méritos”. Ele é um homem negro, jovem, de idade desconhecida, caracterizado por sempre usar um uniforme cinza. De tal modo, a escolha do participante se deu pela sua centralidade na trama, fazendo com que se torne mais fácil e clara a visualização dos fenômenos psicológicos a ser investigados no estudo.

Contexto da Análise das Observações Comportamentais

O material de análise escolhido para o estudo consiste em algumas cenas escolhidas do episódio “Quinze milhões de méritos”, presente na série ficcional “Black Mirror”. No episódio, protagonizado por Bingham "Bing" Madsen, as pessoas vivem em um ambiente onde têm que pedalar em bicicletas geradoras de energia, para em troca, receber uma moeda eletrônica chamada de “méritos”. O personagem recebe Quinze milhões de méritos de seu irmão, recentemente falecido. Bingham defende, em dado momento, o vazio de se trabalhar em troca dessa moeda que não compraria nada “real” (a moeda era usada para comprar roupas virtuais para os seus avatares, entretenimentos digitais, pular propagandas, entre outras coisas). Além disso, o episódio faz críticas profundas à questões como a gordofobia, o uso exacerbado de tecnologias, a alienação visível nos usuários das mesmas, bem como ao consumo de pornografia e à solidão aliada a essas tecnologias na sociedade contemporânea.

Procedimentos

Para a realização desta análise, serão tomadas como referências duas cenas do episódio “Quinze milhões de méritos”. A primeira cena é logo o início dessa trama, e acontece entre os minutos 0:00:27-0:04:04 do episódio. A segunda cena escolhida foi a que ocorre entre 0:49:42-0:54:35, que poderia-se dizer ser o “clímax” da narrativa. Essas foram escolhidas, pois mostram os contextos psicossociais que foi explorado nesse artigo como uma consequência do uso desmedido das tecnologias atuais: a solidão, traduzida em uma falta de pertencimento; e a alienação, que advém de uma dependência muito alta dos meios tecnológicos. E, além disso, os trechos selecionados são capazes de nos ilustrar as representações comportamentais das emoções anteriormente descritas, de maneira em que podemos analisar a tristeza e a raiva dentro de seus contextos: O que as causam, como são expressas e em quais circunstâncias.

Trataremos, então, de identificar as emoções demonstradas no episódio através da observação e análise de seus comportamentos, de maneira a ver com cuidado suas expressões faciais, da maneira que foram especificadas por Paul Ekman (2011), e o que elas dizem sobre o estado emocional do personagem. Portanto, de início, precisamos destacar os fatores físicos que nos fazem reconhecer as emoções e tristeza e angústia: essas podem ser identificadas na queda das pálpebras superiores, abaixamento dos cantos da boca, olhar baixo, cantos internos das sobrancelhas puxados para cima, para o meio da testa, ou apenas uma movimentação da testa para cima, as bochechas levantam, olhos podem se umedecer com lágrimas, lábios podem tremer

e a protuberância mental (região entre a extremidade do queixo e o lábio inferior) dobrada e pressionada para cima (Ekman, 2011).

A outra emoção que irá compor nossa análise, a raiva, pode ser identificada também em expressões específicas: lábios apertados e afinados, movimento forte das sobrancelhas unidas para baixo (contração do “músculo da dificuldade”), pálpebras estendidas, maxilar projetado para frente, olhar fixo (Ekman, 2011). Saber reconhecer essas expressões nos mais diversos contextos em que forem demonstradas será de extrema importância para identificar sua relação com os contextos psicossociais da solidão e alienação, nos aproximando do objetivo do artigo.

Resultados e Discussão

A tristeza provocada pela solidão e falta de pertencimento no contexto tecnológico

No início da primeira cena, o protagonista Bingham "Bing" Madsen dorme no silêncio e no escuro em uma cama de solteiro. Em seguida uma música calma começa a tocar e as paredes do quarto se acendem, revelando ser grandes telões de imagens como TVs. Nessas paredes-telões, surge uma animação representando uma paisagem rural, com um celeiro e um moinho de vento. O sol aparece subindo no céu, e um galo sobe em um poleiro e começa a cantar. Neste momento Bingham acorda, e, incomodado, faz um gesto no ar que faz com que o galo caia do poleiro na tela. Enquanto ele abre os olhos e se senta na cama, o telão mostra um mensagem de “conectando, por favor aguarde”. Após conectar, aparece um avatar de Bingham, que está sorrindo na tela para ele, o que consiste em uma clara demonstração do sentimento de

alegria (Ekman, 2011). O avatar veste roupas coloridas em violeta e vermelho, cores que despertam, respectivamente, paixão/felicidade e poder (Heller, 2013), enquanto Bingham usa somente cinza, uma cor naturalmente associada ao tédio, a algo antiquado e cruel (Heller, 2013), e em sua feição não há sorrisos, nem marcas de expressões que indiquem qualquer emoção. Ao lado desse avatar está aparecendo um grande número, 15.002.944 “M” (que são os méritos ou a quantidade de “dinheiro” que este avatar dele possui para gastar).

Após se levantar, Bingham fecha os olhos e apoia a cabeça no punho fechado, de maneira a abaixar seu rosto e contrair as sobrancelhas para cima e em direção ao centro da testa, o que são expressões de tristeza neutra e leve (Ekman, 2011). Ele faz outro gesto no ar para que a tela fique toda preta e aparece o dia e o horário: terça-feira, 7:30 da manhã. Em seguida, Bingham aparece no banheiro de toalha, e pega a escova para escovar os dentes. No telão à frente da pia do banheiro começa a tocar uma propaganda de um site pornográfico chamado “Wraith Babes”, com a imagem de uma mulher usando lingerie olhando para a tela de maneira provocadora, e o narrador do comercial incentiva Bingham a assistir o seu programa pornô. O personagem dispensa essa propaganda e coloca pela tela uma música para tocar, e em seguida insere dois minúsculos fones sem fio em seus ouvidos.

Logo depois, Bingham aparece em um elevador, uniformizado de cinza, ao lado de outras quatro pessoas com o mesmo uniforme, que olham fixamente para frente e permanecem em silêncio. Depois disso, chegam em uma sala cheia de bicicletas ergométricas sendo pedaladas por diversas pessoas igualmente uniformizadas. Enquanto esse personagem entra na sala, atrás dele outra parede-telão exibe o “placar de líderes”, com os nomes e pontuações de várias pessoas (essa pontuação é a mesma que é chamada de “méritos” e é usada como moeda digital). Um pouco maior que os outros aparece o avatar do “líder atual”, que é o ciclista que pedala ao lado

de Bingham. Ao longo do corredor vê-se várias pessoas pedalando enquanto assistem a algum programa, cada uma no seu telão individual. Bingham chega até a sua bicicleta ergométrica, se senta, e seleciona no telão o mesmo cenário campestre que foi mostrado no seu quarto ao acordar, só que dessa vez a paisagem é de uma estrada através da qual o seu avatar pedala, como ele. A câmera se afasta e mostra o corredor inteiro de pessoas pedalando e assistindo suas telas, enquanto faxineiros uniformizados de amarelo passam recolhendo o lixo do chão do corredor.

Nesse recorte de cena, que é repetido outras vezes ao decorrer do episódio - insinuando que essa é a rotina de nosso personagem -, podemos observar as interações de Bingham com seu ambiente, e as reações emocionais que isso desperta nele. Podemos observar que, apesar de que todos os ambientes (com exceção de seu quarto, único recinto em que fica completamente desacompanhado) em que Bingham é inserido são compartilhados com diversos outros indivíduos em sua proximidade, ele não estabelece comunicação com nenhuma outra pessoa, nem através de palavras, olhares ou gestos. Esse comportamento se relaciona com o fato de pessoas que não possuem autonomia sobre suas vidas - assim como os personagens, que tem toda sua rotina pré-definida pelo sistema no qual estão inseridos - são as que de fato vivenciam o sentimento de solidão, para além da falta de companhia física (Pais, 2013). Pois essa falta de autonomia, em conjunto com não receber ajuda das pessoas ao seu redor para escapar dessa situação, ocasionam uma indiferença para com os demais em seu convívio, desencadeando uma situação em que o indivíduo não é pertencente a nenhum grupo e, portanto, vivencia a solidão (Pais, 2013). Ademais, como mostrado na tela, Bing já possui um número de “méritos” (que funciona como a moeda de troca) muito elevado e, portanto, suas pedaladas, que o bonificam através de méritos, não têm para ele um significado benéfico, mas, sim, são a única tarefa que pode realizar, mesmo que essa não lhe agregue nada gratificante, demonstrando, mais uma vez,

sua falta de autonomia sobre sua vida. Assim, fica claro o aspecto da solidão para além de estar sem companhia física, já que essa é algo muito presente em seu convívio. Relacionamos, então, a solidão de Bingham com suas expressões faciais leves nesse recorte da cena, com a parte interior das sobancelhas articuladas para cima, em direção ao meio da testa, canto dos lábios curvados para baixo, olhar direcionado para baixo, pálpebras superiores caídas, que consistem em sinais da emoção de tristeza (Ekman, 2011). Podemos concluir, portanto, que o estranhamento que nosso personagem tem em relação ao demais indivíduos em seu convívio o priva da sensação de pertencimento, e como podemos perceber em seu comportamento, lhe causa tristeza, um sentimento negativo, porém o indivíduo não tem esperança nem intenção de mudar o que lhe causa essa sensação.

O sistema tecnológico provocando raiva e alienação no indivíduo

Na segunda cena escolhida, o protagonista entra no palco de um show de talentos chamado “Hot Shot”. Em frente a ele há três jurados atrás de uma mesa, e atrás dos jurados aparece uma plateia “virtual”, composta por milhares de avatares das pessoas que estão assistindo ao programa através dos seus quartos. Um dos jurados pergunta a Bingham quem ele é e o que pretende fazer no programa, ao que ele responde o seu nome, “Bing Madsen”, e diz que irá fazer uma espécie de performance. Enquanto isso, aparecem alguns dos seus conhecidos sentados em suas camas assistindo a ele ao vivo, alguns aprovando e alguns reprovando a sua aparição no “Hot Shot”. A seguir, o jurado lhe diz que já pode começar, então ele começa a executar uma dança coreografada, e o público emite sons de aprovação. Após alguns segundos

de dança, Bingham tira rapidamente um caco de vidro pontiagudo de dentro da sua calça e aponta para a própria jugular, dizendo que ninguém pode se aproximar dele, caso contrário ele irá se matar. Um dos jurados responde a ele que pode se matar, desde que não tente feri-lo, e as sobrancelhas de Bingham, logo em seguida, aparecem contraídas para baixo e unidas, que constitui um sinal de raiva (Ekman, 2011). Nesse momento os gritos da multidão são indistintos e alguns incentivam que ele vá em frente e se suicide efetivamente. A única jurada mulher diz que eles devem ouvir o que Bingham tem a dizer. Então o protagonista diz que não tem um discurso pronto, que somente tinha decidido ir até ali porque precisava ser ouvido, e gostaria que os jurados o ouvissem de fato, sem fingir que estavam prestando atenção. Nesse momento, ele começa a criticar o modo como as coisas são feitas na sua sociedade: as pessoas são colocadas para se expor e fazer apresentações naquele programa, mas os jurados não se importam com eles realmente, não os vêem como pessoas. As pessoas não tem mais valor enquanto seres humanos, mas somente como objetos. E o que é valorizado como entretenimento é a dor, a humilhação, e a falsidade dessas pessoas-objetos. Além do mais, ele prossegue, as pessoas gordas são colocadas como objeto de riso e todos acham engraçado vê-las sofrendo humilhações. E o modo de se expressar, de se comunicar das pessoas no mundo é comprar objetos desnecessários, a maior parte deles virtuais, que nem sequer possuem uma existência real no mundo material. Ele questiona onde estão as coisas reais, gratuitas, e bonitas de verdade. Essas coisas são tão belas que as pessoas não aguentariam vê-las, pois estão anestesiadas pelos filtros, pelas luzes das telas, pela compra de acessórios virtuais para vestir os seus avatares. E para manter tudo isso eles pedalam, pedalam dia e noite, mas em direção aonde? Ao fornecer energia para essas telas todas.

Ao longo dessa fala o personagem se torna cada vez mais exaltado em seu tom de voz e sua face vai se tornando mais expressiva, ficando vermelho, suado, com os olhos vermelhos,

tremendo. Durante o discurso, sua boca performa uma grande abertura para enunciar as palavras de maneira muito alta, o movimento de sua sobrancelha é muito forte para se unirem e se direcionarem para baixo, e seu olhar fixo nas pessoas a quem está se dirigindo. Em seguida, ele fica mais transtornado ainda ao xingar os jurados e culpá-los por ter estragado uma das coisas mais reais que já haviam acontecido com ele, que foi o destino que eles deram a sua amiga Abi na indústria pornográfica. Os jurados parecem bastante pensativos, como se ponderando sobre o que lhes foi dito, ao final do seu discurso, até o final mantido com o vidro apontado para o pescoço. Nesta cena, vemos o personagem ser tomado pelo sentimento de raiva. Segundo Ekman (2011), esse sentimento possui múltiplas variáveis de apresentação, dependendo do contexto. Existe a indignação, o mau humor, a exasperação, a vingança, o ressentimento, o rancor, o aborrecimento, a fúria. Caso esse sentimento não tivesse uma centralidade entre as relações humanas, talvez não dispuséssemos de tantas palavras para nos referirmos as suas nuances. Ademais, mesmo que as emoções sejam causadas por situações e ações que as culminem, ela também são ativas nesse processo, de maneira que as emoções também causam ações (Machado et al., 2011). Assim, o personagem Bingham apresenta indignação contra o sistema econômico no qual está inserido, assim como ressentimento pelo destino proporcionado a sua amiga Abi na indústria pornográfica. Também vemos a exasperação devido ao apelo à ameaça de suicídio, pois a pessoa exasperada sente que já esgotou todos os seus recursos possíveis, e não sabe aonde mais procurar a solução para os seus problemas (Ekman, 2011). A fúria também definitivamente está presente do meio para o fim do seu discurso, quando os seus olhos ficam vermelhos e injetados, seu corpo treme e sua voz começa a falhar, e ele recorre a uma linguagem de insultos para representar o quanto aqueles jurados representam a infelicidade geral, o fracasso de um modo de

vida coletivo para ele. Portanto, o que a princípio poderia ser definido com um sentimento só, que é a raiva, se desdobra em várias de suas nuances.

Ainda segundo Ekman (2011), existem várias causas que desencadeiam o sentimento de raiva. Uma delas é quando outras pessoas defendem ideias que nos parecem ultrajantes, ofensivas, mesmo que essas pessoas não sejam nossas conhecidas. Isso ocorre com Bingham quando Abi é constrangida a se tornar uma estrela pornô, algo que vai contra os princípios de dignidade humana defendidos pelo protagonista. Além disso, Ekman (2011) aponta outra causa para o surgimento da raiva: quando algo ou alguém se coloca em nosso caminho e nos impede de atingir os nossos objetivos, realizar nossas vontades.

Segundo Adibifar (2016), “a tecnologia nas mãos erradas e a sua produção pelas pessoas erradas ou divergentes sociais aos quais falta compaixão pelos seres humanos pode ser muito prejudicial na geração da miséria humana”. Esse fato se verifica na sociedade globalizada atual, tal como na ficção representada em “Quinze milhões de méritos”. Isso porque a tecnologia, em dado momento, deixou de ser produzida unicamente como objetivo de aprimorar a qualidade de vida humana, e passou a ser utilizada com o objetivo de produzir lucro a alguns, e entretenimento raso a outros. Isso é perceptível no fato de que Bingham se sente infeliz apesar de todo o avanço tecnológico a sua volta. Com o desenvolvimento das linhas de produção, a parcela proletária da população foi a primeira a tornar-se alienada (Rothman, 2005; Hurst, 2000, citados por Adibifar, 2016). O mesmo fenômeno da alienação ocorre com Bingham e seus colegas nas bicicletas, uma vez que o seu trabalho de pedalar é mecânico e irrefletido, podendo ser comparado ao trabalho do operário nas linhas de produção. Portanto, “mesmo tendo os seus méritos, a tecnologia não é imaculada, é uma forma de opressão” (Scharff & Dusek, 2003, citados por Adibifar, 2016). Além disso, Adibifar (2016), considera o consumo das tecnologias como causador de alienação, uma

vez que essa representa uma quebra entre as relações sociais humanas, e causa no indivíduo a sensação de desconexão em relação ao seu meio. Essa desconexão ocorre na mente de Bingham quando não se sente parte daquele sistema de méritos (que remete à meritocracia), e sente que todas as outras pessoas como ele vivem uma vida de superficialidades, no entanto sem conseguir escapar disso, como fica nítido em seu discurso e no desfecho do episódio.

Considerações finais

O presente artigo se propôs a analisar duas cenas do episódio “Quinze milhões de méritos” da série Black Mirror sob a ótica das 4 emoções básicas de Paul Ekman, além de citar aspectos de emoções a partir de Vigotski, com enfoque para as emoções de tristeza e raiva. Também se ocupou com a análise dos impactos do uso excessivo da tecnologia, presentes nessa mesma obra fictícia, para a gênese dos fenômenos psicológicos da solidão e alienação.

Através da teoria das quatro emoções conseguiu-se elaborar uma análise referente ao comportamento, postura, expressões faciais e falas do personagem escolhido em relação com as suas emoções predominantes, sendo estas a tristeza, na primeira cena analisada, e a raiva, na segunda cena. Notou-se que o fato deste estar inserido em um contexto altamente tecnológico trazia consequências para as suas emoções e fenômenos psicológicos apresentados. Por isso, foram elaboradas relações da tecnologia na sociedade contemporânea com a produção de duas formas de sofrimento psíquico: a solidão e a alienação. Diversos autores como Hannah Arendt (2007), Fábio Abreu Passos (2017) e Karam Adibifar (2016) já traziam a alienação como possibilidade de resposta do seu humano a um contexto excessivamente tecnológico, aonde sua

capacidade de raciocínio e compreensão da realidade vai sendo gradativamente diminuída. Essa alienação está presente tanto em nossa realidade atual como na vida do personagem Bingham, cuja realidade distópica o impede de ter autonomia sobre o seu trabalho e sobre a sua vida. Outros autores como Carolyn Wilson (2018), José Machado Pais (2013) e Giles Slade (2012) foram cruciais para fundamentar a relação entre a modernidade tecnológica e a solidão epidêmica que vem crescendo em grande parte dos países desenvolvidos do mundo. Verificou-se a relação existente entre aumento do uso de tecnologia e diminuição da quantidade de interação social em horas, presente na literatura, e como isso tende a promover emoções como tristeza e raiva, bases para a produção desse texto.

Este artigo encontrou algumas limitações no que diz respeito à identificação dos sentimentos vivenciados pelo personagem, pois a correlação entre o comportamento observado e o sentimento em análise nem sempre é fácil de se estabelecer. Além disso, acreditamos que as consequências do uso desmedido da tecnologia para a mente humana são bem mais amplas do que conseguimos contemplar nesse breve estudo.

Espera-se que os próximos escritos acadêmicos consigam avançar no sentido de alertar sobre os riscos relacionados ao uso demasiado da tecnologia, bem como trazer a relação entre as obras ficcionais e a realidade social na qual nos encontramos, fundamentados nos conceitos da psicologia.

Referências Bibliográficas

- Adibifar, K. (2016). Technology and Alienation in Modern-Day Societies. *International Journal of Social Science Studies*, 4(9), 61-68. doi:<http://dx.doi.org/10.11114/ijsss.v4i9.1797>
- Arendt, H. (2007). *A condição humana*. Forense universitária.
- Brecha, M. G. D. S., Lopez, N. P., & Postigo, V. M. C. (2012). Voracidade e sofrimento psíquico na adicção: considerações sobre compulsão, hedonismo e imediatismo no contemporâneo. Recuperado em <https://silo.tips/download/voracidade-e-sofrimento-psiquico-na-adicao-consideracoes-sobre-e-compulsao-hedonism>
- Brooker, C., Reisz, B., & Jones, A.(Produtores executivos). (2011). *Black Mirror* [TV series]. Netflix.
- Chauí, M. (1995) Cultura política e Política cultural. *Estudos Avançados*, 9 (23), 71-84. <https://www.revistas.usp.br/eav/article/view/8848>
- Duarte, N. (2004). Formação do indivíduo, consciência e alienação: o ser humano na psicologia de AN Leontiev. *Cadernos Cedes*, 24(62), 44-63.
- Ekman, P. (2011). A linguagem das emoções. *São Paulo: Lua de Papel*.
- Gent, E. (2019, março 6). Quem são os hikikomori, os jovens japoneses que vivem sem sair de seus quartos. *BBC News Brasil*. Recuperado em <https://www.bbc.com/portuguese>

Gierveld, J.J., Tilburg, T.V., & Dykstra, P. A. (2006). Loneliness and social isolation. In A. L. Vangelisti & D. Perlman (Eds.), *The Cambridge Handbook of Personal Relationships* (485–500). chapter, Cambridge: Cambridge University Press.

Heller, E. (2013). *A psicologia das cores: como as cores afetam a emoção ea razão*. Editorial Gustavo Gili.

IBGE, Diretoria de Pesquisas, Coordenação de Trabalho e Rendimento, Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílio Contínua 2017-2018. (2018). Uso de Internet, televisão e celular no Brasil. [Página da web]. Recuperado em <https://educa.ibge.gov.br/criancas/brasil/2697-ie-ibge-educa/jovens/materias-especiais/20787-uso-de-internet-televisao-e-celular-no-brasil.html#:~:text=Entre%20os%20brasileiros%20com%2010,per%C3%ADodo%20de%20refer%C3%A2ncia%20da%20pesquisa.>

Machado, L.V., Facci, M.G.D., & Barroco, S.M.S. (2011). Teoria das emoções em Vigotski. *Psicologia em Estudo*, 16(4), 647-657. Doi: <https://doi.org/10.1590/S1413-73722011000400015>.

Minayo, M. C. D. S., & Sanches, O. (1993). Quantitative and qualitative methods: opposition or complementarity?. *Cadernos de saúde pública*, 9(3), 237-248.

Pais, J. M. (2013). Nos rastros da solidão: deambulações sociológicas.(Col. Enciclopédia Moderna, n. 10). *Cadernos de Pesquisa*, 40(139), 322.

Passos, F. A. (2017). Tecnologia e alienação do mundo em Hannah Arendt. *Pensando-Revista de Filosofia*, 8(15), 31-44.

Pinheiro, E. M., Kakehashi, T. Y., & Angelo, M. (2005). O uso de filmagem em pesquisas qualitativas. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 13(5), 717-722.
<https://dx.doi.org/10.1590/S0104-11692005000500016>

Reino Unido nomeia secretária para combater a solidão (2018, janeiro 17). *BBC News Brasil*.
Recuperado em <https://www.bbc.com/portuguese>

Santos, L. O. (2003). O medo contemporâneo: abordando suas diferentes dimensões. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 23(2), 48-49.
<https://dx.doi.org/10.1590/S1414-98932003000200008>

Sawaia, B. B. (2009). Psicologia e desigualdade social: uma reflexão sobre liberdade e transformação social. *Psicologia & Sociedade*, 21(3), 364-372.

Sayuri, J. (2020). Solidão já é tratada como epidemia no mundo e impacta até na política.
[Página da web].

<https://tab.uol.com.br/noticias/redacao/2020/03/06/qual-o-impacto-politico-da-solidao-que-so-aumenta-pelo-mundo.htm#:~:text=Segundo%20a%20enquete%2C%20que%20contou,como%20perfil%20predominante%20de%20solit%C3%A1rios>

Slade, G. (2012). *Big disconnect: The story of technology and loneliness*. Prometheus Books.

Wilson, C. (2018). Is it love or loneliness? Exploring the impact of everyday digital technology use on the wellbeing of older adults. *Ageing & Society*, 38(7), 1307-1331.